أرز

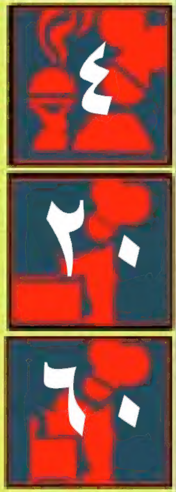
أرز بالدجاج
أرز بالفول الأخضر
الأرز بالقريدس
الأرز باللحم والكمأة
الأرز برياني مع اللحم
الأرز مع الخضار
مقلوبة الباذنجان
الكبسة
صلصةالكبسة

ارز بالدجاج

CHICKEN WITH RICE

RIZ PILAF AU POULET

طبق رئيسي من الأرز مع اللحم والدجاج، مفضل لدى الجميع في جميع الاوقات.



دجاجة وزن ١.٥ كلغ، منظفة ومقطعة الى ٤ قطع

كوبان من الأرز المغسول والمصفى

٤٠٠ غ (أوقيتان) من اللحم المفروم

ربع كوب من الصنوبر المحمر

نصف كوب من اللوز المقشر والمحمر

بصلتان متوسطتان، مقشّرتان (حسب الرغبة)

حبة من كل من الهال وجوزة الطيب وكبش القرنفل

عودان من القرفة

ربع كوب من خليط الزيت النباتي والسمن

ملعقتا طعام من السمن

كوب من الفطر المسلوق (حسب الرغبة)

ملعقة شاي من القرفة المطحونة

ملعقتا شاي من الملح

رشة بهار مطحون

ارز بالدجاج

إقلي قطع الدجاج بالزيت والسمن حتى تحمر. ضعي قطع الدجاج في قدر مع بصلة واحدة ثم اضيفي إليها ملعقة شاي من الملح.
إغمري قطع الدجاج بالماء ثم اضيفي حب الهال وكبش القرنفل وجوزة الطيب وعودي القرفة. غطي القدر واطهيها على حرارة معتدلة مدة ٣٠ دقيقة أو حتى تنضج. صفي المرق.

إفرمي البصلة ناعماً واقليها بالسمن حتى يصبح لونها زهري ثم أضيفي اللحم المفروم مع الملح والبهار والقرفة واقلي على نار معتدلة الحرارة.

أضيفي الأرز الى اللحم والبصل وحركي الخليط على نار هادئة مدة ٣ دقائق.

خذي ٤ أكواب من مرق الدجاج الساخن وصبيه فوق الأرز.

أضيفي الفطر واطهيه في القدر المغطى على حرارة مرتفعة مدة ٥ دقائق حتى يغلي ثم خففي الحرارة واتركيه مدة ٢٠ دقيقة أخرى حتى يتبخر ماؤه.

ضعي الأرز في طبق التقديم وضعي فوقه الدجاج المحمر وزينيه باللوز والصنوبر المقلي.

قدمي الطبق مع سلطة اللبن بالخيار.

ملاحظة: بأمكانك تحضير الأرز الاسمر.

أرز بالفول الأخضر

RICE WITH FRESH BROAD BEANS

RIZ PILAF AUX FÈVES FRAÎCHES

نصف كلغ من اللحم المفروم

نصف كلغ من حبوب الفول الأخضر

كوبان من الأرز المغسول والمصفى

٣,٥ أكواب من الماء

٣ بصلات متوسطة، مقشرة ومفرومة فرماً ناعماً

ملعقتا طعام من السمن

نصف كوب من الصنوبر المقلي

ملعقة شاي من الملح

نصف ملعقة شاي من القرفة المطحونة

طبق خاص من الأرز مع اللحم والفول الأخضر، يشكل وجبة رئيسية لذيذة للعائلة وهو مناسب للحفلات.

أرز بالفول الأخضر

اقلي البصل بالسمن في قدر على نار متوسطة حتى يزهر. اضيفي اللحم والملح والقرفة وحركي ان الى ينضج اللحم.

ضعي حبوب الفول فوق اللحم وقلبيهم مدة ٥ دقائق. اضيفي الماء واتركيهم على نار معتدلة مدة ١٠ دقائق.

ضعي الأرز في القدر وغطيها واطهي المزيج على نار معتدلة لمدة ٥ دقائق. خففي النار وتابعي الطهي لمدة ٢٠ دقيقة أو حتى يتبخر الماء.

ملاحظة: بامكانك تحضير الارز الاسمر.

الأرز بالقريدس

PRAWNS AND RICE

RIZ PILAF AUX CREVETTES

طبق رئيسي مغذِ وشهي، أصبحت شهرته عالمية.

٥

٢٠

٤٥

نصف كلغ من القريدس، منظف
كوبان من الأرز الطويل الحبة، مغسول ومصفى
ربع كوب من البازيلاء المثلجة
ربع كوب من الجزر المقشر والمقطع قطعاً صغيرة
نصف كوب من البصل المقشر والمفروم فرماً ناعماً
فصان من الثوم، مقشران ومهروسان مع رشة من الملح
ربع كوب من الزيت النباتي
ملعقة شاي من الملح
رشة زعفران مطحون
ملعقة شاي من بشر الزنجبيل الأخضر أو ربع ملعقة شاي من الزنجبيل المطحون
رشة فلفل حريف مطحون

الأرز بالقريدس

إقلي القريدس بالزيت لمدة ٥ دقائق على حرارة مرتفعة ثم ضعيه على ورق ماص. أضيفي بقية المقادير بإستثناء الأرز مع التقليب لمدة دقيقتين.

أضيفي ٤ أكواب من الماء واغلي لمدة ١٠ دقائق على نار معتدلة الحرارة.

أضيفي الأرز مع مراعاة أن يغمر الماء المقادير.

إطهي على نار معتدلة لمدة ١٥ دقيقة ثم على نار هادئة لمدة ١٠ دقائق حتى ينضج الأرز. اضيفي القريدس مع التقليب ثم قدّميه ساخناً.

الأرز باللحم والكمأة

RICE WITH TRUFFLES

RIZ PILAF AUX TRUFFES

طبق من الأرز مع اللحم والكمأة، يتميز بنكهته الشهيّة المميّزة وهو مناسب للحفلات الكبيرة.

٥

٣٠

١٥٠

١ كلغ من الكمأة

بصلة صغيرة، مقشرة ومفرومة فرماً ناعماً

٣ أكواب من الأرز الطويل الحبة المغسول والمصفّى

٤٠٠ غ (أوقيتان) من اللحم المفروم فرماً ناعماً

٦٠٠ غ (٣ أوقيات) من لحم الموزات

٣ ملاعق طعام من السمن

كوب من الصنوبر واللوز المحمرين للتزيين

ليتر ماء لتنظيف الكمأة

ملعقة طعام من الملح لتنظيف الكمأة

رشة من الملح (حسب الرغبة)

رشة من القرفة المطحونة

رشة من الفلفل المطحون

الأرز باللحم والكمأة

انقعي الكمأة لمدة ١٥ دقيقة في الماء البارد وقشريها بالسكين.
ضعي الماء والملح على النار حتى يغليا. اضيفي الكمأة اليها لغلوة واحدة حتى تتأكدي من انها خالية من الرمل ثم قطعيها قطعاً متوسطة الحجم.
اقلي قطع الكمأة في ٣ ملاعق طعام من السمن في قدر على حرارة معتدلة الى أن تحمر قليلاً ثم ارفعيها جانباً.

اقلي لحم الموزات مع قليل من الملح في القدر. ارفعي اللحم وضعيه في ليترين من الماء ثم اسلقي اللحم مدة ساعتين أو حتى ينضج مع اضافة الماء كلما نقصت (أو اسلقي اللحم في قدر الضغط مدة ٤٠ دقيقة) ارفعيه جانباً واحتفظي بالمرق.
اقلي البصلة المفرومة في السمن نفسه على حرارة معتدلة الى ان تذبل. أضيفي اللحم المفروم والقرفة والملح والفلفل واقلي اللحم الى أن ينضج.
استعملي ٦ اكواب فقط من مرق لحم الموزات لسلق الارز. اضيفي الارز الى المرق غطي القدر واطهي الارز على حرارة مرتفعة لمدة ٥ دقائق حتى الغليان.
خففي النار الى هادئة وتابعي الطهي لمدة ٢٠ دقيقة اخرى حتى ينضج الارز.
ضعي الارز في طبق التقديم ثم ضعي فوقه الكمأة واللحم المفروم وقطع لحم الموزات وزينيه بالصنوبر واللوز.

الأرز برياني مع اللحم

BIRYANI RICE

RIZ PILAF BIRYAN

طبق سعودي شهير يتميز بنكهة خاصة وهو يشكل وجبة رئيسية لذيذة للعائلة.

٥

٣٠

٦٠

نصف كلغ من لحم كتف الضأن، مقطع إلى قطع متوسطة
كوبان من الأرز البسماتي، المغسول والمصفى
بصلة متوسطة الحجم، مقشرة مقطعة الى جوانح
ملعقتا طعام من السمن
ربع ملعقة شاي من الزعفران المنقوع في ربع كوب من الماء
٤ اكواب من مرق الدجاج
ملعقة شاي من الكزبرة الجافة المطحونة
ملعقة شاي من القرفة المطحونة
ربع ملعقة شاي من كبش القرنفل المطحون
ملعقة شاي من حبات الكمون
ملعقة شاي الزنجبيل المطحون
ملح (حسب الرغبة)
ورقتان من الغار
نصف ملعقة شاي من جوز الطيب المطحون
ربع كوب من الكزبرة الخضراء المفرومة فرماً ناعماً
ملعقتا طعام من الزبدة
حلقات من البصل، محمرة (حسب الرغبة)
ربع كوب من الكاجو المّحمر
ربع كوب من الزبيب (مزال بذوره)

لأرز برياني مع اللحم

سخني السمن في قدر وقلّبي اللحم والبصل.

أضيفي نوعي الكزبرة وورقتي الغار وجميع أنواع التوابل المذكورة في المقادير ما عدا الزعفران. قلّبي الخليط جيدًا وباستمرار حتى يحمر اللحم ويذبل البصل.

أزيلي ورقتي الغار ثم أضيفي الملح والزعفران ومرق الدجاج والأرز إلى المقادير. أضيفي الزبدة وغطي القدر واتركيها على نار هادئة حتى تنضج المقادير وتجف المرق.

قلّبي الخليط جيدا بملعقة وقدميه ساخناً مزيناً بحلقات البصل والزبيب والكاجو.

الأرز مع الخضار

RICE WITH VEGETABLES

RIZ PILAF AUX LÉGUMES

طبق مغذِ ومناسب لكل يوم.

٣٠

٢٠

٤٥

كوبان من الأرز (الطويل الحبة) المغسول والمصفّى
كوب من الجزر المفروم فرماً ناعماً
كوب من البازيلاء المثلجة
٣٠٠غ من اللحم المفروم فرماً ناعماً
نصف كوب من اللوز المقشر والمقلي
ملعقتا طعام من السمن
٤ اكواب من مرق الدجاج او اللحم
ملح (حسب الرغبة)
رشة قرفة مطحونة ورشة فلفل أسود مطحون

الأرز مع الخضار

ضعي السمن في قدر عميقة على نار معتدلة واقلي اللحم المفروم مع التوابل حتى ينضج.

أضيفي الجزر وقلبي قليلاً ثم أضيفي البازيلاء ومرق الدجاج واغلي لمدة ٢٠ دقيقة.

أضيفي الأرز واطهي على نار مرتفعة لمدة ٥ دقائق ثم على نار هادئة لمدة ٢٠ دقيقة.

قدمي الطبق ساخناً ومزيناً باللوز.

مقلوبة الباذنجان

OVERTURNED EGGPLANT

PILAF RENVERSÉ D'AUBERGINES

طبق معروف، يتميز بمذاق شهي ويستحق أن يكون وجبة لطعام الغداء أو العشاء.

٥

١٥

٣٠

كوبان من الأرز الطويل المغسول جيداً والمصفى
٥٠٠ غ من اللحم المفروم
بصلة كبيرة، مقشرة ومفرومة فرماً ناعماً
١ كلغ من الباذنجان المتوسط والمستدير
ملعقتا طعام من السمن لقلي اللحم والبصل
٤ أكواب من الزيت النباتي (لقلي الباذنجان)
نصف كوب من الصنوبر واللوز المحمصين
ربع ملعقة شاي من الفلفل الاسود المطحون
ربع ملعقة شاي من البهار الحلو المطحون
نصف ملعقة شاي من القرفة المطحونة
٤ اكواب من الماء

مقلوبة الباذنجان

قشري الباذنجان وقطعيه بالطول الى شرائح سماكة الواحدة ١ سنتم، انثري عليها الملح واتركيها جانباً مدة ٦٠ دقيقة. حمّي الزيت في المقلاة على نار معتدلة ثم اقلي فيه قطع الباذنجان. ارفعيها وصفيها على قطعة من الورق الماص. حمري البصل بالسمن على نار متوسطة. اضيفي مع التحريك اللحم مع الملح والتوابل وقلبي المزيج حتى ينضج.

رتبي قليلا من اللحم في وسط قعر القدر المعد للمقلوبة واحتفظي بالباقي منه لوضعه فوق قطع الباذنجان المقلية.

رتبي قطع الباذنجان المقلية والمصفاة فوق اللحم وعلى الجوانب وأضيفي القسم الباقي من اللحم ثم أضيفي الأرز فوق اللحم وأضيفي ٤ اكواب من الماء إلى الأرز تدريجياً حتى لا يتغير ترتيب الأرز والباذنجان. ضعي القدر على النار، اتركيها حتى الغليان ثم خففي النار الى هادئة. غطي القدر واتركيها مدة ٢٥ دقيقة حتى يتبخر الماء. إقلبي القدر على صينية أو طبق أكبر من حجم القدر وارفعيها بتأن حتى لا يتغير ترتيب المقلوبة. انثري الصنوبر واللوز المحمر على الوجه وقدمي الطبق ساخناً مع اللبن الزبادي والسلطة.

الكبسة

SAUDI ARABIAN RICE AND MEAT

RIZ PILAF SAOUDIEN

طبق سعودي شهي من اللحم والأرز، اشتهر في العالم العربي لطيب مذاقه.

٢.٥ كلغ من لحم الضأن (كتف أو موزات)، مقطع الى قطع كبيرة
٤ أكواب من الأرز الطويل الحبة
نصف كلغ من الجزر، مقشر ومفروم فرماً ناعماً
حبة من الفليفلة الخضراء، مزالة بذورها ومفرومة فرماً ناعماً
نصف كلغ من حبوب البازيلاء
١ كلغ من الطماطم الحمراء، مقشرة ومفرومة
١ كلغ من البصل، مفروم فرماً ناعماً
كوز من الثوم، مقشر ومهروس
نصف ملعقة شاي من الزعفران المطحون
ربع ملعقة طعام من حب الهال
نصف ملعقة شاي من القرفة المطحونة
نصف ملعقة شاي من البهار الحلو المطحون
ربع ملعقة شاي من البهار الأبيض المطحون
ملعقة طعام من الملح
سمن للقلي
لوز وصنوبر مقليان للتزيين

الكبسة

إقلي اللحم واسلقيه على النار مدة ساعتين مع إضافة الماء كلما نقصت (٤٠ دقيقة في طنجرة الضغط) او حتى ينضج (احتفظي بالمرق).

نقي الأرز وانقعيه مدة ١٥ دقيقة. صفيه واغسليه جيداً ثم أعيدي تصفيته.

ضعي القليل من السمن في قدر وقلبي على نار معتدلة جميع المقادير (باستثناء الأرز واللحم) ثم إطهي على نار هادئة حتى تذبل (حوالي ١٠ دقائق).

أضيفي الأرز إلى المزيج واقليه لمدة ٤ دقائق على نار معتدلة. أضيفي مرق اللحم لتغمر الأرز وغطي القدر واتركيها على نار هادئة مدة ٣٠ دقيقة أو حتى ينضج الأرز.

إسكبي خليط الأرز في طبق التقديم وزينيه باللحم واللوز والصنوبر.

صلصة الكبسة

KAPSE SAUCE

SAUCE DE KAPÇEH

كوبان من مرق اللحم

بصلة كبيرة، مقشرة ومفرومة فرماً ناعماً

حبتان كبيرتان من الطماطم، مقشرتان ومفرومتان

فصان كبيران من الثوم، مقشران ومهروسان

ملعقة طعام من صلصة الطماطم المكثفة (او حسب الرغبة)

ربع كوب من الكرفس المفروم

ملعقتا طعام من السمن

ملعقة شاي من الملح (حسب الرغبة)

ملعقة شاي من القرفة المطحونة

صلصة الكبسة

إقلي البصل والثوم والطماطم بالسمن. أضيفي صلصة الطماطم والملح والقرفة ومـرق الـلـحـم، اتـركـي المزيـج عـلـى نـار معتدلة حتى يتكثف قليلاً. ثم أضيفي إليه الكرفس.

قـدمـي هـذه الـصـلـصـة الى جـانـب طـبـق الكبسة.